

УДК 37.017.924

МЕТОДЫ ФОРМИРОВАНИЯ ИДЕАЛОВ ТРЕЗВОГО ЗДОРОВОГО ОБРАЗА ЖИЗНИ В МОЛОДЕЖНОЙ СРЕДЕ

Королев С.В.

*кандидат исторических наук,
доцент кафедры истории, теории и практики социальных
коммуникаций
ФГБОУ «Удмуртский государственный университет»
г.Ижевск, Россия
korolevudgu@yandex.ru*

METHODS OF FORMING THE IDEALS OF AN ABSTINENT HEALTHY LIFESTYLE IN YOUTH ENVIRONMENT

Korolev S

*Udmurt State University
Izhevsk, Russia
korolevudgu@yandex.ru*

Аннотация

В статье рассмотрены проблемы формирования идеалов трезвого здорового образа жизни в детско-подростковой среде. Основное внимание уделено анализу причин формирования алкогольной зависимости подростка, молодого человека в семье и в обществе. Предложен ряд концептуальных мер, направленных на повышение эффективности профилактики алкогольной зависимости в молодежной среде.

Annotation

The article deals with the problems of forming the ideals of a sober healthy lifestyle in a child-adolescent environment. The main attention is paid to the analysis of the reasons for the formation of alcohol dependence of a teenager, a young man in the family and in society. A number of conceptual measures aimed at improving the prevention of alcohol dependence in the youth environment have been proposed.

Ключевые слова: Воспитание, трезвость, здоровый образ жизни, профилактика, молодежь.

Keywords: Education, abstinent, healthy lifestyle, prevention, youth.

Идеалы играют важную роль в воспитании детей, как отмечал Василий Сухомлинский «Без идеала не может быть никакого движения вперед. Без идеала не мыслима юношеская мечта, а мечта является искрой, из которой разгорается молодежная романтика» [1].

Трезвость – согласно определению Всемирной организации здравоохранения, «непрерывное воздержание от приёма алкоголя и других психоактивных веществ» [2]. Однако согласитесь, для идеала оно не подходит. Попробуем предложить определение, которое дают трезвеннические организации. Трезвость — это естественное состояние человека, это сознательный отказ от вредных привычек, свобода от регулярного или эпизодического отравления своего организма, от иллюзий, мифов и самообмана. Трезвость способствует раскрытию человеческого потенциала, талантов и способностей. Трезвые люди легче реализуют себя в профессиональной деятельности, они дают правильное воспитание детям, становясь для них личным примером для подражания. Трезвость – эта великая ценность, данная каждому человеку от рождения. Трезвость — это свобода [3].

Мы же добавим, что трезвость – это патриотизм, трезвость это – первый шаг к счастливой семье. Когда родители пьют – это тяжкое испытание для ребенка, на Руси говорили, «если пьет отец, половина дома горит, мать пьет весь дом горит». Употребление алкоголя является главным фактором неблагополучия семьи, одна из важнейших причин высокого уровня разводов, в результате чего в России каждый третий ребенок в стране воспитывается без отца. Именно по этой причине в нашей стране насчитывается 700 тысяч детей сирот, больше чем после Великой отечественной войны. Но тогда, были объективные обстоятельства, сегодня сиротство в основном социальное, у детей есть родители, но они пьют, не

работают, сидят в тюрьме. Алкоголь является катализатором ранних сексуальных отношений в подростковой среде, вследствие этого происходит распространение венерических заболеваний, аборт, бесплодия. Есть статистика, согласно которой, в 90% случаев подросток совершает преступление в состоянии алкогольного опьянения, и это не только экономические преступления, а все чаще жестокость и насилие. По данным Роспотребнадзора от алкоголя в стране ежегодно гибнет 500 тысяч россиян, в основном это молодые люди, трудоспособного возраста, с пиком, приходящимся на 30-45 лет [4] – это чьи-то отцы, матери, сыновья, дочери. Эти потери сопоставимы с теми, которыми страна несет в результате ведения тяжелой войны. И я по праву могу утверждать, что нет такой сегодня семьи в России, где бы не было погибших от алкоголя. В результате, сломанные судьбы сотен тысяч людей, горе родителей, слезы детей. Когда я на встречах с родителями спрашиваю «поднимите руку кто бы хотел, чтобы его дети пили, ни одной руки, ни разу не видел, когда я задаю этот же вопрос детям, аналогично, так в чем же дело, давайте жить трезво!

Личный пример является главным условием воспитания детей, это важнейший принцип педагогики. На вопрос студентам, когда начинается формирование алкогольной зависимости, они чаще всего отвечают, с подросткового возраста, но так ли это? Советскому ученому, Геннадию Шичко принадлежит фраза «Алкоголизм начинается не с первой выпитой рюмкой, а с первой увиденной рюмки, которую пьют папа и мама». Шичко, утверждал, что уже в детском возрасте формируется программа, направленная на употребление алкоголя, приведу пример, как это происходит. Представьте подготовку семейного праздника, где есть маленькие дети, у всех приподнятое настроение, приятные хлопоты, мама делает салаты, папа помогает наводить порядок в квартире, приходят гости, ребенок Петя 4-5 лет крутится вокруг и предвкушает, что сейчас произойдет что-то важное. Вдруг в самый ответственный момент дяде Боре, военному, офицеру, самому уважаемому человеку, позволяют открыть какую-то

большую, пузатую бутылку, хлопок, пена, звон бокалов. В результате у Пети, складывается впечатление, что алкоголь – это что? Правильно – Праздник!

Другой пример, который мне рассказала воспитатель детского сада. Девочки играют в дочки-матери, что-то готовят за столом, красиво расставляют, пробуют, вдруг одна из девочек, побежала за кеглей, произнося сакраментальную фразу «девочки, по чуть-чуть, по чуть-чуть чисто символически!» Откуда она услышала эту фразу, конечно же, от родителей. Пройдет немного времени и дети заменят воду или сок в стакане алкоголем. При чем они не будут ждать совершеннолетия, чтобы начать употреблять алкоголь, они начнут пить, чтобы как им кажется, - стать взрослыми. Сигарета, алкоголь это для значительного числа подростков своего рода обряд инициаций, которые помогают тебе попасть в мир взрослых. И виноваты в этом не подростки, и даже не их родители, которые, к сожалению часто безграмотны в этом вопросе. В этом виновато общество, которое дает молодому человеку только два выбора, либо пить много и стать пьяницей, либо пить немного, как говорят «культурно». Все естественно выбирают второй вариант, потому что пьяницами быть никто не хочет. И проигрывают, потому что, давайте прямо говорить начистоту, как учил Василий Сухомлинский, алкоголь это – страшный яд и наркотик, он страшен, потому что очень доступен и его продают в любом магазине. Поэтому даже самые малые дозы алкоголя разрушительны для нашего организма.

Известный русский ученый, невролог, психиатр Владимир Бехтерев утверждал, "что даже малые дозы алкоголя ослабляют умственные способности" [5]. Академик Федор Углов, говорил «Я хирург, я всю жизнь оперирую больных. И я видел то, чего не видят обычные люди. У человека нет такого органа, который бы не страдал от приема спиртных изделий — любых, не важно водка ли это, вино или пиво. Однако больше всех и тяжелее всех страдает мозг. Потому что там концентрация алкоголя максимальна» [6]. Не случайно, алкоголиков ведут лечиться именно к наркологу, потому

что процесс формирования зависимости алкоголя и других наркотиков имеет много общего.

К сожалению, как я уже сказал, наши дети, молодежь, имеют только два выбора пить много или пить культурно, как все, но не знают, что есть третий вариант – жить трезво, исключая полный прием алкоголя. Однако на сегодняшний момент алкоголь является частью культуры, пьют везде, в школе, на работе, по телевидению, в кино, пьют начальники, пьют военные, пьют врачи и родители. В результате, человек который не пьет, является не нормальным, если человек отказывается употреблять алкоголь, то он с точки зрения общества: больной, закодировался, сектант. И это главная педагогическая, психологическая и даже политическая проблема, потому что решать ее надо на самом высоком уровне.

Что же делать? Необходимо развеивать мифы, например, что пьянство русская традиция. Это не так, в начале XX века Российская империя по употреблению алкоголя занимала предпоследнее место в Европе 3,13 литра на душу населения, для сравнения во Франции 23,32 литра, в Германии – 10,6 [7]. В начале 1950-х годов XX века СССР занимал по употреблению алкоголя предпоследнее место, уступая лишь Албании. Главная причина низкого употребления алкоголя была связана в первую очередь, с тем что, крестьянину в условиях натурального хозяйства пить было некогда и не на что. Однако в 60-е 70-е годы XX века потребление стремительно растет и увеличивается с 2 литров в начале 50-х до 11 литров к концу 1970-х, то есть почти в 6 раз. Главные причины - это рост доступности алкоголя для населения, низкая цена, увеличение количества торговых точек и главное пропаганда так называемого культурного потребления алкоголя.

Другой популярный миф который существует, то что запреты не эффективны, в качестве примера обычно приводится антиалкогольная кампания (Горбачевская) конца 80-х годов. Чего только не говорят и народ травился, и виноградники вырубали, однако факты свидетельствуют, что в течении трех лет кампании, средняя продолжительность жизни мужчин

выросла с 62 до 65 лет, число новорожденных детей за три года выросло на 1,5 млн. человек по сравнению с предшествующим периодом. Согласно данным статистики количество отравлений не выросло, а снизилось и есть соответствующие материалы, которые легко можно поднять и проверить. Другой миф, что весь мир пьет, в 2013 году были опубликованы исследования ВОЗ, в результате которого выяснилось, что 49% всех опрошенных никогда не употребляли алкоголь.

Что же делать? Необходимо начать формирование идеалов трезвого образа жизни в детской, молодежной среде. Одна из важнейших задач создать образ, идеал успешного, счастливого, трезвого молодого человека, на которого бы хотелось равняться, подражать, стремиться. Вот что страшнее, когда пьяный бомж лежит в луже или красивая девушка, звезда, которая держит в руках бокал с шампанским? Казалось бы ответ очевиден, однако хуже, все-таки, второй вариант. Потому что, когда мама проходит с ребенком мимо бомжа она говорит, сынок не пей, таким же станешь, то есть у ребенка с вином идет прямая ассоциация, алкоголь – это яд для души и тела. Успешная девушка с бокалом шампанского рекламирует алкоголь. Поэтому лучшая реклама трезвого образа жизни, когда человек успешный, знаменитый, ведет трезвый образ жизни. Он дает, таким образом, пример, тысячам своим поклонникам как нужно поступать. Вы спрашиваете, а что такого, если девушка выпьет немного вина, пива, шампанского, ведь это слабоалкогольные изделия. В том, то и дело, что пиво, различного рода алкогольные коктейли, не являются в массовом сознании злом, это «напитки» на каждый день, которые можно употреблять, не опасаясь осуждения. Поэтому, с точки зрения, экспертов, например академика Геннадия Анищенко, пиво, алкококтели – являются своего рода стартовыми наркотиками, призванными незаметно формировать зависимость к более крепким. Не случайно, в последнее время, возник такой феномен, как пивной алкоголизм.

Идеалы трезвости, как педагогическую проблему формировали такие известные педагоги как Сергей Рачинский, ученый, просветитель, он организовал в своем имении в с.Татево Смоленской губернии школу для крестьянских детей, которая стала образцом для многих других губернии России. Именно его изобразил в известной картине «Устный счет» его ученик, художник Николай Богданов-Бельский. Однажды Рачинский встретил своего лучшего ученика, подававшего большие надежды, пьяным и опустившимся, это стало толчком к созданию Татевского общества трезвости (1882 г.). Педагог понял, то чему мы учим детей может пойти прахом, если алкоголь является частью нашей жизни [8].

Великий русский писатель Лев Толстой, был также обеспокоен этой проблемой, по его инициативе, в Ясной Поляне, в декабре 1887 года было создано еще одно знаменитое общество трезвости в России "Согласие против пьянства". Его членами были такие известные люди как художник Н.Ге, путешественник Миклухо Маклай, адвокат Анатолий Кони и др. Задачи этого общества Толстой сформулировал позднее в статье "Пора опомниться!": "...Если сцепились рука с рукой люди пьющие и торгующие вином и наступают на других людей и хотят спойть весь мир, то пора и людям разумным понять, что и им надо схватиться рука с рукой и бороться со злом, чтобы их и их детей не споили заблудшие люди. Пора опомниться!" [9] За короткий период писателем был написан целый ряд статей «День просвещения», «Богу или матроне», «Почему люди одурманиваются» в которых писатель искал ответы на поставленные вопросы.

В начале XX века в стране насчитывалось 2 500 тысячи обществ трезвости, которые объединяли 500 тысяч человек, в школах проводились уроки трезвости, выпускались специальные издания, популярным был, например учебник трезвости под редакцией А.Л.Мендельсона [10]. В 1914 году трезвость победила, Николай II издал указ согласно, которому местные сообщества могли по решению схода, закрывать питейные заведения, фактически в течении полугода все они были закрыты, позднее это стали

называть сухим законом. Английский премьер Ллойд-Джордж, потрясенный поступком царя, сказал о «сухом законе»: «Это самый величественный акт национального героизма, какой я только знаю». Результаты социального эксперимента превзошли все ожидания, и опубликованы в труде известного русского врача, исследователя Ивана Введенского «Опыт принудительной трезвости» [11].

Василий Сухомлинский не создавал общества трезвости, однако он глубоко осознавал данную проблему, постоянно призывая нас быть требовательными к себе, добрыми, ответственными, творческими, а значит трезвыми! Особое отношение у великого педагога было к мужчине, главе семьи. Он убеждал, что «без яркого примера отца все разговоры о самовоспитании детей остаются пустым звуком», «ребенку хочется быть хорошим лишь тогда, когда он видит идеальное и увлекается этим идеальным». «Если в нескольких словах выразить мудрость родительской педагогики», пишет Сухомлинский, «то она заключается, в том чтобы дети наши были тверды в требованиях к самим себе, чтобы ... собирая сына на свадьбу, где все гости горькие пьяницы, мать могла быть уверена, что сын придет домой трезвым» [12, с.54].

Список литературы

1. Сухомлинский В.А. Письма к сыну. // <https://www.livelib.ru/book/1000798451/quotes-pisma-k-synu-vasuhomlinskij>
2. Что такое трезвость? <https://dic.academic.ru/dic.nsf/ruwiki/158745>
3. Преображение. Официальный сайт Преображенского храма города Рязани (с.Канищево) <http://www.metarya.ru/katekhizatorskij-otdel-arkhiv-sobytij/2528-trezvost-estestvennoe-sostoyanie-cheloveka.html>
4. В России от алкоголя ежегодно умирают около 500 тысяч человек <https://newsland.com/community/politic/content/v-rossii-ot-alkogolia-ezhegodno-umiraiut-okolo-500-tysiach-chelovek/5609920>

5. Бехтерев В.М. Алкоголизм и борьба с ним.
http://alkogolunet.ru/blog/alkogolizm_i_borba_s_nim_chast_1/2010-03-06-36)
6. Углов Ф.Г.: «Нет такого органа у человека, который бы не страдал от приема спиртных напитков» <https://www.youtube.com/watch?v=jCX7Cfrroys>
7. Мендельсон А.Л. Учебник трезвости. Спб.: Издание Российского общества борьбы с алкоголизмом, 1913. С.148.
8. Рачинский С.А. «Письма к духовому юношеству о трезвости». 1899 год.
9. Толстой Л. Н. "Пора опомниться!" Полн. собр. соч., т. 26, с. 445.
10. Мендельсон А.Л. Учебник трезвости. Спб.: Издание Российского общества борьбы с алкоголизмом, 1913.
11. Введенский И.Н. Опыт принудительной трезвости. М.: Издание Московского столичного попечительства о народной трезвости, 1915.
12. Сухомлинский В.А. «Родительская педагогика», с.54. // profilib.org>...vasiliy-sukhomlinskiy-roditelskaya